

Меню на день 26 января 2026 г.

1 день: Столовая №3

Категория

Дети (1-3 лет)

Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак		8,4	11,2	39	291	31,60
Каша манная жидкая	150	4,1	4,5	18,9	133	14,14
Бутерброд с маслом (1)	15/5	1,6	3,8	7,4	70	6,67
Какао с молоком (1)	180	2,7	2,9	12,7	88	10,78
Каша манная жидкая на воде	150	2	4,1	12,8	96	1,17
Чай - Д	180	0,1			0,1	
2-й завтрак		0,1		17,4	70	7,88
Сок (70 ккал)	150	0,1		17,4	70	7,88
Обед		19,5	17,3	59,6	473	55,51
Салат из свеклы с чесноком	40	0,6	3	3,4	43	1,48
Рассольник "Домашний" с курицей со сметаной	150/10/5	4,2	2,8	7,1	70	16,24
Зразы рубленые из мяса, запеченные	60	9,9	7,7	4	125	27,14
Каша гречневая вязкая	120	3,6	3,4	15,9	109	5,41
Компот из изюма	150	0,2		12,8	52	2,81
Хлеб ржаной	20	0,6	0,2	7,6	35	1,20
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,24
Полдник		6,5	8,9	32,1	235,2	21,83
Булочка с повидлом	50	2,2	4,1	25	146	10,49
Молоко питьевое кипяченое	150	4,3	4,8	7,1	89,2	11,34
Компот из кураги - Д	180	0,1		10,6	43	2,33
Ужин		44,7	7,6	42,1	264,5	37,79
Сложный гарнир (картофель припущенный, кукуруза, морковь отварная) -80	80	1,3	2,7	4,2	46	8,42
Шницель из курицы	40	41,6	3,5	8	80,8	18,44
Чай с молоком	150	1,2	1	8,2	46,7	2,96
Фрукт (55 ккал)	95	0,1	0,1	13,5	55	6,75
Хлеб пшеничный	10	0,2	0,1	4,4	19	0,62
Хлеб ржаной	10	0,3	0,2	3,8	17	0,60
Соль						0,05
Соль	3					0,05
Итого за день		79	45	190	1 334	154,66

Повар

(подпись)

Бут Светлана Вячеславовна

(расшифровка)